SCHOOL-SCOUT.DE

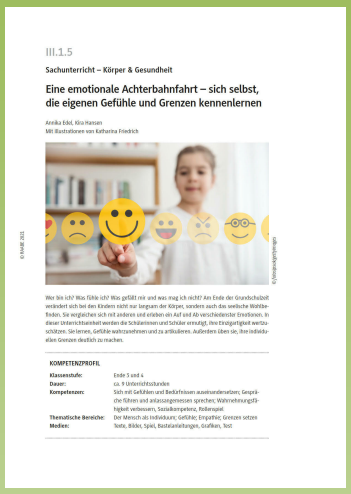
Unterrichtsmaterialien in digitaler und in gedruckter Form

Auszug aus:

Sich selbst, die eigenen Gefühle und Grenzen kennenlernen

Das komplette Material finden Sie hier:

School-Scout.de



III.1.5

Sachunterricht – Körper & Gesundheit

Eine emotionale Achterbahnfahrt – sich selbst, die eigenen Gefühle und Grenzen kennenlernen

Annika Edel, Kira Hansen
Mit Illustrationen von Katharina Friedrich

© MARE 2021

© Fotoprofessor/Fotolia

Wer bin ich? Was fühle ich? Was gefällt mir und was mag ich nicht? Am Ende der Grundschulzeit verändert sich bei den Kindern nicht nur langsam der Körper, sondern auch das seelische Wohlbefinden. Sie vergleichen sich mit anderen und erleben ein Auf und Ab verschiedenster Emotionen. In dieser Unterrichtseinheit werden die Schülerinnen und Schüler ermutigt, ihre Einzigartigkeit wertzuschätzen. Sie lernen, Gefühle wahrzunehmen und zu artikulieren. Außerdem üben sie, ihre individuellen Grenzen deutlich zu machen.

KOMPETENZPROFIL

Klassenstufe:	Ende 3 und 4
Dauer:	ca. 9 Unterrichtsstunden
Kompetenzen:	Sich mit Gefühlen und Bedürfnissen auseinandersetzen; Gespräche führen und anlassengemessen sprechen; Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Sozialkompetenz, Rollenspiel.
Thematische Bereiche:	Der Mensch als Individuum; Gefühle; Empathie; Grenzen setzen
Medien:	Texte, Bilder, Spiel, Bastelanleitungen, Grafiken, Test

© Copyright school-scout.de / e-learning-academy AG – Urheberrechtshinweis
Alle Inhalte dieser Material-Vorschau sind urheberrechtlich geschützt. Das Urheberrecht liegt, soweit nicht ausdrücklich anders gekennzeichnet, bei school-scout.de / e-learning-academy AG. Wer diese Vorschauseiten unerlaubt kopiert oder verbreitet, macht sich gem. §§ 106 ff UrhG strafbar.

III.1.5

Sachunterricht – Körper & Gesundheit

Eine emotionale Achterbahnfahrt – sich selbst, die eigenen Gefühle und Grenzen kennenlernen

Annika Edel, Kira Hansen
Mit Illustrationen von Katharina Friedrich

© fotosipsak/gettyimages

© RAABE 2021

Wer bin ich? Was fühle ich? Was gefällt mir und was mag ich nicht? Am Ende der Grundschulzeit verändert sich bei den Kindern nicht nur langsam der Körper, sondern auch das seelische Wohlbefinden. Sie vergleichen sich mit anderen und erleben ein Auf und Ab verschiedenster Emotionen. In dieser Unterrichtseinheit werden die Schülerinnen und Schüler ermutigt, ihre Einzigartigkeit wertzuschätzen. Sie lernen, Gefühle wahrzunehmen und zu artikulieren. Außerdem üben sie, ihre individuellen Grenzen deutlich zu machen.

KOMPETENZPROFIL

Klassenstufe:	Ende 3 und 4
Dauer:	ca. 9 Unterrichtsstunden
Kompetenzen:	Sich mit Gefühlen und Bedürfnissen auseinandersetzen; Gespräche führen und anlassangemessen sprechen; Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Sozialkompetenz, Rollenspiel
Thematische Bereiche:	Der Mensch als Individuum; Gefühle; Empathie; Grenzen setzen
Medien:	Texte, Bilder, Spiel, Bastelanleitungen, Grafiken, Test

Was Sie zu diesem Thema wissen müssen

Das Ende der Grundschulzeit wird häufig als Vorpubertät bezeichnet. Die Gefühle der Schülerinnen und Schüler geraten durcheinander, sie begeben sich auf die Suche nach sich selbst. Das ist ein Bestandteil der Sexualerziehung und wird vorwiegend im Sachunterricht behandelt. In dieser Einheit setzen sich die Kinder mit ihrer Einzigartigkeit auseinander. Sie werden sich ihrer Emotionen bewusst und lernen, auch die Empfindungen Anderer einzuordnen. Außerdem werden sie ermutigt, ihre Grenzen aufzuzeigen. Das lässt sich am besten erreichen, indem die Lernenden interaktiv zusammenarbeiten und Gefühle artikulieren. Eine unverzichtbare Methode dabei ist das Rollenspiel.
Sexualerziehung muss immer in Absprache und Zusammenarbeit mit den Erziehungsberechtigen durchgeführt werden. Legen Sie die Thematik transparent dar, um Unsicherheiten der Eltern zu reduzieren. Am Ende der Einheit gibt es keinen Selbsteinschätzungs- und Beobachtungsbogen, da in einigen Bundesländern Unterrichtsinhalte, welche die Intimsphäre berühren, nicht Gegenstand von Leistungserhebungen sein dürfen. Der beigefügte Test sollte nicht beurteilt werden, sondern lediglich zur Überprüfung des Wissenszuwachs dienen.

Hinweise zu den Materialien

Hinweise zu einzelnen Materialien
Die Materialien widmen sich vorwiegend den Themen „Individualität", „Gefühle" und „Setzen von Grenzen". Sie können am Ende der dritten sowie am Anfang der vierten Klasse behandelt werden, um das Thema „Sexualerziehung" einzuleiten.

Weitere Materialien zur Unterrichtseinheit
Am Ende der Einheit finden Sie einen Test **(M 24)**. Mitglieder von *RAAbits Grundschule online* finden Lösungen und eine veränderbare Word-Datei unter www.raabits.de/grundschule.

© RAABE 2021

Hinweise zur Differenzierung

In dieser Unterrichtseinheit finden Sie vier Materialien zweifach differenziert und zwei Materialien dreifach differenziert. Das schwierige Niveau stellt vor allem qualitativ aber auch quantitativ höhere Anforderungen an die Schülerinnen und Schüler.

Welche Medien können Sie zusätzlich nutzen?

- ***Bücken-Schaal, Monica:*** *Bildkarten Gefühle für Kindergarten und Grundschule. Don Bosco, München 2016*.
  Sehr schön illustrierte Bildkarten, die gezielt die Gefühle der Kinder thematisieren.
- *https://raabe.click/gs-mein-koerper-gehoert-mir [zuletzt abgerufen am 26.02.2021]*
  Auf der Website „Kinderschutz Schweiz" finden Sie weitere Unterrichtsmaterialien zu den Themen „Nein-Sagen" und „Gefühle erkennen".
- ***Graham, Yvonne:*** *„Eine spannende Reise in die Pubertät – Materialien für die Geschlechtserziehung". In RAAbits Grundschule, Ausgabe 2, Sachunterricht Beitrag 1. Dr. Josef RAABE Verlags GmbH, Stuttgart 2019.*
  Diese Einheit behandelt die Entwicklung des menschlichen Körpers während der Pubertät.

Auf einen Blick

Legende der Abkürzungen:
AB: Arbeitsblatt; AL: Anleitung; BD: Bilder/Bildkarten; SP: Spiel; TX: Text; VL: Vorlage
UG: Unterrichtsgespräch; EA: Einzelarbeit; PA: Partnerarbeit

einfaches Niveau mittleres Niveau schwieriges Niveau

1. Stunde

Thema: Was zeichnet mich aus?

Einstieg: Collage erstellen (M 1–M 2)

M 1–M 2 (AB, AL) **Das bin ich und das mag ich! /** Die SuS fertigen Collagen über sich an und machen sich dabei Gedanken über ihre Einzigartigkeit (EA); sie präsentieren die Collagen im Klassenverband (UG)

Benötigt:
☐ Bastelmaterialien: Schere, Klebstoff
☐ Zeitschriften, Kataloge

2.–4. Stunde

Thema: Wir sind unterschiedlich und das ist gut so!

M 3 (TX, AB) **Eine Welt ohne Unterschiede? /** Die SuS lesen einen Text, in dem Individualität thematisiert wird (EA); sie erkennen, was es bedeuten würde, wenn alle Menschen gleich wären (PA); sie tauschen sich darüber aus (UG)

M 4 (AB) **Wer bin Ich? Wer bist du? /** Die SuS beantworten Fragen, die ihre Individualität verdeutlichen (EA); sie führen ein Partnerinterview durch, dass Unterschiede deutlich macht (PA)

M 5–M 6 (TX, AB) **Die Menschen /** Die SuS arbeiten Merkmale heraus, die zur Einzigartigkeit beitragen (EA); sie erkennen, dass alle Menschen gemein haben, dass sie Gefühle empfinden (UG)

5./6. Stunde

Thema: Gefühle erkennen und verstehen

M 7–M 9 (TX, AB) **Heute Regen, morgen Sonne /** Die SuS lesen einen Text über den Wandel von Gefühlen und beantworten Fragen dazu (EA)

M 10 (AB) **Freud und Leid /** Die SuS kreuzen ihnen bekannte Emotionen an; sie unterscheiden angenehme und unangenehme Gefühle (EA, UG)

M 11–M 13 (AB) **Wie reagiere ich wann? /** Die SuS geben an, welche Reaktion von welchem Gefühl hervorgerufen wird (EA); sie tauschen sich darüber aus UG)

M 14 (AB, BD) **Wie zeige ich meine Gefühle? /** Die SuS ordnen verschiedenen Gesichtsausdrücken die passende Emotion zu (EA)

M 15–M 16 (VL, SP) **Der Gefühlswürfel /** Die SuS basteln mithilfe einer Vorlage einen Gefühlswürfel (EA); sie stellen die gewürfelten Gefühle nach (PA)

Benötigt:
☐ Bastelmaterialien: Schere, Klebstoff

© RAABE 2021

7. Stunde

Thema: Empathie entwickeln

M 17–M 18 (AB, BD) **Wie fühlen sich die Personen? /** Die SuS betrachten Bilder und werden dazu angeregt, sich über die dargestellten Situationen Gedanken zu machen; die SuS beschreiben, wie es den abgebildeten Personen geht (EA, UG)

M 19 (AB, BD) **Wir achten aufeinander! /** Die SuS betrachten Figuren und versetzen sich in ihre Situation (EA); sie tauschen sich über die Gefühle der Figuren aus und erkennen, dass Situationen und Emotionen unterschiedlich wahrgenommen werden (UG)

M 20 (AL, VL) **So geht es mir, wie geht es dir? /** Die SuS basteln Gefühlsscheiben, mit denen sie stets ihre aktuellen Empfindungen mitteilen können (EA); sie lernen auf ihre eigenen Gefühle zu achten und darauf, wie es den anderen geht

Benötigt: ☐ Bastelmaterialien: Schere, Musterklammer

8./9. Stunde

Thema: Grenzen setzen

M 21 (AB) **Angenehm oder unangenehm? /** Die SuS lesen kurze Situationsbeschreibungen und entscheiden, ob diese für sie angenehm oder unangenehm wären (EA); die SuS berichten von eigenen Erfahrungen (UG)

M 22 (AB, SP) **Das will ich nicht! /** Die SuS spielen Gegebenheiten nach und üben das Nein-Sagen sowie das Grenzen setzen (PA); die SuS reflektieren das Rollenspiel (UG)

M 23 (AB) **Wer darf was? /** Die SuS lesen kurze Texte, in denen intime Situationen beschreiben werden (EA); sie geben an, mit welchen Personen aus ihrem Umfeld sie diese Situationen schön fänden und mit welchen nicht (EA, UG)

© RAABE 2021

SCHOOL-SCOUT.DE

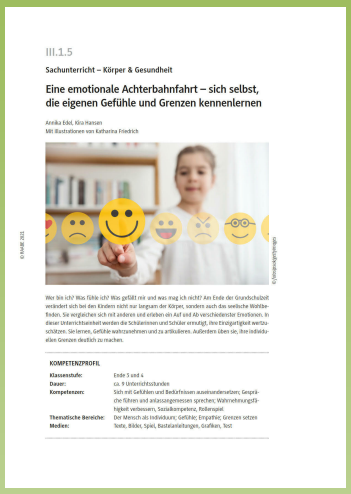
Unterrichtsmaterialien in digitaler und in gedruckter Form

Auszug aus:

Sich selbst, die eigenen Gefühle und Grenzen kennenlernen

Das komplette Material finden Sie hier:

School-Scout.de



III.1.5

Sachunterricht – Körper & Gesundheit

Eine emotionale Achterbahnfahrt – sich selbst, die eigenen Gefühle und Grenzen kennenlernen

Annika Edel, Kira Hansen
Mit Illustrationen von Katharina Friedrich

© MARE 2021

© Fotoprofessor/Fotolia

Wer bin ich? Was fühle ich? Was gefällt mir und was mag ich nicht? Am Ende der Grundschulzeit verändert sich bei den Kindern nicht nur langsam der Körper, sondern auch das seelische Wohlbefinden. Sie vergleichen sich mit anderen und erleben ein Auf und Ab verschiedenster Emotionen. In dieser Unterrichtseinheit werden die Schülerinnen und Schüler ermutigt, ihre Einzigartigkeit wertzuschätzen. Sie lernen, Gefühle wahrzunehmen und zu artikulieren. Außerdem üben sie, ihre individuellen Grenzen deutlich zu machen.

KOMPETENZPROFIL

Klassenstufe:	Ende 3 und 4
Dauer:	ca. 9 Unterrichtsstunden
Kompetenzen:	Sich mit Gefühlen und Bedürfnissen auseinandersetzen; Gespräche führen und anlassengemessen sprechen; Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Sozialkompetenz, Rollenspiel.
Thematische Bereiche:	Der Mensch als Individuum; Gefühle; Empathie; Grenzen setzen
Medien:	Texte, Bilder, Spiel, Bastelanleitungen, Grafiken, Text

© Copyright school-scout.de / e-learning-academy AG – Urheberrechtshinweis
Alle Inhalte dieser Material-Vorschau sind urheberrechtlich geschützt. Das Urheberrecht liegt, soweit nicht ausdrücklich anders gekennzeichnet, bei school-scout.de / e-learning-academy AG. Wer diese Vorschauseiten unerlaubt kopiert oder verbreitet, macht sich gem. §§ 106 ff UrhG strafbar.